

令和2年度

東北町介護予防・日常生活支援総合事業

ずーっと元気であるための

ほがらか教室

(短期集中予防サービス)

参加者募集!!



こんな心当たりのある65歳以上の方へ

対 象	①基本チェックリストを実施し、該当項目が1つ以上の方 ②介護保険の要介護認定で「要支援1」「要支援2」に認定された方で、 テイサービス、テイケアを利用していない方 ※①②の方で、なるべく週1回参加できる方	
内 容	1. 健康相談 2. 運動機能向上 3. 口腔機能向上 4. 認知機能向上 5. その他	
料 金	無 料	
実施日と時間	東北地区:毎週金曜日 9時30分～11時頃	上北地区:毎週水曜日 9時30分～11時30分頃
	祝・祭日を除く	
場 所	東北地区:東北町老人福祉センター 集会室等	上北地区:上北保健福祉センター 会議室等
期 間	4～5か月間 (11月は下記の日程で見学会・体験会を開催します)	
見学会 体験会	東北地区:11月13日・20日・27日	上北地区:11日・18日・25日
注 意 事 項	※こまめに換気し、参加者同士の距離をとって行います。 1. 自宅で体温を測り、発熱や風邪の症状がある場合は、無理せずお休みしましょう。 2. マスクの着用をお願いします。 3. 体操中の水分補給のため、各自飲み物を持参しましょう。	

問合せ先:東北町役場 福祉課 地域包括支援センター 電話:0176-56-3111(内線129)